مقياس الغضب للمراهقين

الدكتور/ أحمد حمزة

أستاذ علم النفس المساعد قسم علم النفس

كلية التربية

جامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن

الرياض

المملكة العربية السعودية

1433

Mobile (Saudi Arabia): 0548424874
Mobile (Egypt):002-01006586433
EMIAL: dr.hamza677@gmail.com

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Fوَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ
وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَى عَالِمِ الْغَيْبِ
وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَE

صدق الله العظيم

إهــــداء

إلــى روح والــدي الطاهرة الــذي خلف فـراغاً لا يـمـلـئ

الـفـهـرس

مقدمة :

خلق الله الإنسان وزوده سبحانه بمجموعة من الانفعالات التي يستجيب بها لما يواجهه من مثيرات داخلية أو خارجية.

(محروس الشناوي/ عبد الغفار الدماطي، 1993، ، ص 7)

والانفعال Emotion خبرة إنسانية عامة تحدث لنا يومياً، وتظهر من خلال مظاهر سلوكية تعمم آثارها الإنسان جسماً ونفسا، وأن بدت ظاهرة عارضة. (يوسف مراد، 1962، ص 112)

وتأثير الانفعال على الوظائف العقلية وعلى الشخصية بصفة عامة أمام أن يكون منشطا أو أن يكون مثبطاً، ويحدث النشط عادة في حالة انفعال الفرح والنسيج حيث ننشط وتتدفق المعاني والصور بسرعة، وقد ينتهي هذا السيل من المعاني إلى نشأة ونمو أفكار جديدة مبتكرة. أما التأثير التثبيطي فيتمثل في ان الانفعال يؤثر سلباً في عمليات التفكير خاصة ما يحدث في حالة انفعال الغضب حيث يكون تأثيرة مناقضا لتأثير انفعال الفرح الذي يسبب تدفق المعاني بغزارة، ويكون تأثيرة تفريغ الذهن من الصور والمعاني الواضحة حتي يصبح الشخص عاجزاً عن التفكير بل وعن الكلام المنظم وأحيانا عن فهم الموقف المحيط به.

فحين أعجز عن تحقيق هدف أصبو إليه أنفعل ويكون الانفعال في هذه الحالة وسيلة تستهدف القضاء على الموقف الصعب وتغيير العالم تغييراً .شاملاً. (جان بول سارتر، 1960 ، ص 10)

ويعتبر الغضب انفعالاً طبيعيا يتعرض له الفرد في حياته اليومية خاصة في ظل الحياة المعاصرة حيث تتنوع الضغوط وتتعدد المشكلات التي من شأنها أن تجعل الفرد أكثر قابلية للاستثارة الانفعالية، وقد أصبح الغضب انفعالا خطيراً إذ يترتب عليه وفاة بعض الأفراد بسبب الأزمات القلبية وغيرها من الأمراض الجسمية. (هبة إسماعيل، 2002، ص 2)

ويعد الغضب أحد الانفعالات التي يشعر بها كل إنسان، وإن كانت هناك فروق بين الأفراد في أساليب التعبيرية، ويعزي ذلك إلى المواقف المشيرة له، حيث تختلف من فرد إلى آخر في نوعها أو درجتها أو شدتها.

(نظمي عودة أبو مصطفي، تميم ضيف الله، 1996، ص 269)

إن الشعور بالغضب هو أكثر الحالات المزاجية التي يصعب على الإنسان التخلص منها، حيث أنه يشير بداخلنا العديد من المشاعر السيئة، وذلك حين يتصاعد حوار داخلي يتمس مشاعر الغضب ويؤيدها بأسباب تزيد من اشتعاله، كما أن زيادة التأمل في الأسباب التي أدت بنا إلى الغضب بجعلنا نفكر في أسباب أخري لاستمرار حالة الغضب، مما يزيد من اشتعال هذا الشعور، وبالتالي فإن أفضل وسيلة للتخلص من الغضب هو إعادة تشكيل الموقف والنظر إليه بطريقة مختلفة. (سحر فاروق، 2001، ص 37)

ومما هو جديد بالذكر أن مسببات الغضب لدي المراهقين تختلف عنها لدي الأطفال، فغالباً ما تكون أسباب الغضب في مرحلة المراهقة تتعلق بأشخاص أكثر من تعلقها بأشياء، فغالبا ما يتعرض المراهق إلى نوبات

الغضب الناتجة عن القفل والاستفزاز من الآخرين، وحينما يتعرض إلى سيطرة أحد الوالدين على تصرفانه واختياراته لاصدقائة.

ومن الملفت للانتباه أن الغضب لايتباين من مرحلة عمرية إلى آخر فحسب، بل يختلف أيضاً بناء على اختلاف الترتيب الميلادي للفرد، ويكثر كبح الغضب في مراحل أواسط العمر بينما يقل في مرحلة الشيخوخة.

ولقد أكد "موهانني" أن علاج الغضب يتم من خلال استبعاد مصادر الاحباط غير المرغوب فيها، والمسببة للغضب، والتعبير عن الغضب يجب أن يتم في ضوء القيم الاجتماعية المقبولة، وبوجهة نظر عامة لابد أن يعالج الغضب من خلال معرفة كل العوامل المسببة له ومحاولة مواجهتها والتغلب عليها. (جيمس أفريل، 2001، ص 10)

إن من شأن الوعي العلمي الصحيح بمرحلة المراهقة أن يد شرنا للمبادرة إلى الوقاية فل الإخطار للعلاج، من حيث أن كثير من المشكلات المؤسسة التي تستوجب الصلاح، إنما هي وليدة الجمل وعدم الوعي، وإن الإطلاع على ملابسات هذه المرحلة الصعبة، يتيح لأولياء الأمور والمدببين إمكانية توخي الحذر، والتخطيط والوقاية من المشكلات بالشكل الذي لا يجدون أنفسهم بحاجة على علاج.

لذا فأنه يجب العمل علي معرفة أفكارهم وتصوراتهم ومشكلاتهم وحاجاتهم ورغباتهم، والاهتداء إلي اللغة والأسلوب الصحيحين للتواصل معهم .

(محمد رضا الشرقي:1998، ص8)

ومن هنا تعتبر مرحلة المراهقة ميدانا خصبا يتلقي منه المراهقون الإرشاد النفسي خصوصا عندما يكون إرشادا نفسيا منظما ضمن .برامج إرشادية في مؤسسات تعليمية صالحة لتلقي الإرشاد النفسي كالمدارس

(محمد الخطيب 1998 ، ص 169)

ولقد وجد الباحث قصورا في المكتبة العربية في مقاييس الغضب وخاصة لفئة المراهقين ومن هنا جاء اهتمام الباحث بإعداد مقياس الغضب للمراهقين وخاصة أن انفعال الغضب منتشر لدي مرحلة المراهقة نظرا لارتباطه بالتغيرات الفسيولوجية أثناء البلوغ. وأسال الله عز وجل أن أكون وفقت في إعداد هذا المقياس

الدكتور أحمد حمزة

القاهرة - الرياض 1433-2012

مفهوم الغضب

1-المعني اللغوي للغضب

أ- المعني اللغوي في اللغة العربية

1- **تعريف لويس معلوف، 1966** : يحمل الغضب في اللغة العربية معني بغض الآخرين وحب الانتقام منهم، يقال غضب فلأن غضبا وحقيقة عليه أن أبغضه وأحب الانتقام منه ، فهو غضب وغصب وغضوب وغضبان وذاك مغضوب عليه "غضب لفلان" أي غضب علي غيره من أجله، ويقال غضب من لا شئ أي من غير شئ يوجد الغضب وغاضبة مفاضية : أي حملة علي الغضب والغضابي : الكدر في معاشرته

(محمد السيد عبدالرحمن، فوقية عبد الحميد ، 1998 ، ص 8)

2- تعريف المعجم الوسيط ، 1985

(غضب) عليه – غضبا: سخط عليه وأراد الإنتقام منه، فهو غضب، وهو غضبان وهي غضبانة (بالتنوين) أي غضب منه لا شئ من غير شئ يوجب الغضب (المعجم الوسيط، 1985 ، ص 678)

3- تعريف مختار الصحاح (1992)

غ ض ب . (غضب) عليه من باب طرب (مغفبة) ورجل (غضبان) وامداد (غضبي) ويقوم (غضبي) و (غضابي) كسكري وسكاري ورجل (غضبه) بضم النين والغياء وتشديد الباء بغضب شريعا و لغضب)

فعلان إذا ان حيا وغضب به إذا كان ميتا

وقولـه تعـالي:"منافيـا أي مـداغي لقدمـه واصـدأ ، غضـوب) أي عبـوس و (الغضب) الأحمد الشديد الحمد

وقَومُ (غَضِبيَ) و(غَضَابِيَ) كَسكْرَي وسَكَاري ، ورجلُ(غَضّبُ) بضمّ الغين والضاد وتشديد الباء يغضب سَرِيعا ، و(غضب) لفلان إذا كان حيا وغَضبَ به إذا كان ميتاً .

وقوله تعالي : (مُغَاضِباً) أي مراغما لقومه ، واحداً (غضوب) أي عبوس و(الغضب) الأحمر الشديد الحمرة يقال أحمر غضب.

[مختار الصحاح / 1992 ، ص199]

4- تعريف المعجم الوجيز / (1997) .

" غَضبَ " عليه . غُضَباً : سَخِطَ عليه ، فهو غَضِبَ وغَضُبَانُ ، ويقال : غَضِبَ لفلان : غَضِبَ علي غيرة ومن أجْلهِ . (أَغْضَبَ) حَمَلَه علي الغَضِبِ.

(غَاَضَب) فُلاناً : هَجَرَة وتَبَاعدَ عنه .

(الَغَضبُ) استجابة لانفعال تتميز بالميل إلي الإعتداء .

(الَغَضُوب): الكثير الغضب.

(المعجم الوجيز / 1997 ، ص451)

ب- المعنى اللغوي في اللغة الانجليزية .

1- تعريف قاموس نيلسون / nelson dictionary 1982

(الغضب هو السخط أو الغيظ أو الخنق ، وهو إيذاء عنيف يؤدي إلي غضب الشخص .

(nelson dictionary 1982 p. 19)

2- تعريف قاموس فرسبي Aw frisby . 1988

" الغضب هو الشعور الذي ينتاب الشخص عندما ترغب في شيء عكس ما يريده الآخرون أو انه يحدث عندما تقوم بعمل شيء يؤذيهم .

(Aw frisby . 1988 , p.5)

3- تعريف قاموس اكسفورد oxford dictionary , 1995 ,

" الغضب عبارة عن مشاعر حادة تحدث نتيجة حالة من الاستياء الشديدة .

(oxford dictionary , 1995 ,p.27)

2- المعني السيكولوجي للغضب:

1- تعريف نوفاكو ،(1975) ، Navaco

"بأن الغضب حالة انفعالية تتحدد بوجود إثارة فيزويولوجية وعنصر إدراكي معرفي، وهو يدري أن العنصر الادراكي لا يشترط أن يكون غضبا بالمعنى الدقيق بل قد يكون هذا العنصر علي مستوي لفظي قريب من تعابير

انسان منزعج أو متهيج أو مثار أو ما شابه ذلك، ويسير في هذا الاتجاه زروس وأنصار المدرسة المعرفية عموما .

2- تعريف عبد المنعم الحفني / (1978) .

بأنه استجابة إنفعالية حادة تثيرها مواقف التهديد والحرمان أما القمع أما لسبب أو الاحباط أو خيبة الأمل ، ويختلف الغضب عن الكراهية لن الغضب قصير الأمد ولكن الكراهية تستمر فترة طويلة أو يصعب الغضب استجابة قوية من الجهاز العصبي المستقل وخاصة جزئة السيمبثاوي ، ويدفع المرء إلي الاستجابة بالهجوم أما بدنيا أو لفظياً .

3- تعريف أفيرل / 1981 . Averil

" الغضب رد فعل حاد وعاصف يعتمد علي تقرير الفرد لخطورة الأحداث البيئية المؤذية ، وقد يؤدي الحدث الضاغط إلي أحد استجابتين هما الغضب أو الخوف ، ويعتمد ذلك علي طبيعة الحدث وقدرة الفرد علي مواجهته والأضرار الناجمة عن الحدث ، ويمثل هذا التعريف الاتجاه السلوكي في تعريف الانفعالات عموما " .

4- تعريف سبيلبرجر / Spelberger 1983 .

يهتم سيلبرجر في تعريفه للغضب بكل من طبيعة ودرجة الغضب ويفرد لكل منها مصطلح هما .

حالة الغضب ، ويعرفها بأنها حالة عاطفية تتركب من أحاسيس ذاتية

تتضمن التوتر والاندماج والاثارة والغيط أما سمة الغضب ، وتعرف بلغة الكم بعدد المرات التي يشعر فيها المفحوص بحالة الغضب في وقت محدد والشخص مرتفع سمة الغضب يميل للاستجابة لكل المواقف أو غالبيتها بالغضب .

5- تعريف كمال دسوقي / 1981

فيعرفه بأنه استجابة انفعالية تثيرها إهانة أو تهديد أو تداخل في شئون المرء ، تتميز بتقطيب وجه معينة ظاهرة ، وبردود فعل ملحوظة من جانب الجهاز العصبي المستقل ، وبتفاعليات دفاع وهجوم رمزية صريحة أو خفية أو هو استجابة انفعالية حادة يثيرها أي من عدة مواقف تنبيه،ومنها التهديد والعدوان الظاهر أو التفسير والهجوم الكلامي أو خيبة الأمل أو الإحباط ويتميز بردود فعل قوية في الجهاز المستقل .

ويميز كمال دسوقي بين بعض المفاهيم المرتبطة بالغضب مثل سورة الغضب والعدائية والكراهية فيقول / الغضب اختلال انفعالي ما بدأ ما سورته Rage مني الغضب الذي لا تحكم فيه ، والعداوة Hostility فهي حالة كون المرء عدوا بدوام قليل أو كثير تميزها مشاعر الغضب ومثلها العداء Animus فالأسماء الثلاثة لعاطفة أو اتجاه بسيط نسبيا .

والكراهية Hated والكره Hate فينطويان علي شعور عاطفي ابلغ تعقيدا بكثير ، فيه تنتظم عدة ميول استجابية تجاه الموضوع بما يتمشى مع الاتجاه الرئيسي للغضب مثال ذلك الفرح الذي نشعر به لانحدار الشخص

المكروه.

(محمد السيد عبد الرحمن ، فوقية حسن الحميد ، 1998 ، ص ص 8:10)

6- تعريف جابر عبد الحميد ، علاء الدين كفافي ، 1988 .

الغضب استجابة تدل علي التوتر والعداء يثيرها الاحباط والقيد والتهديد والملاحظات المحقرة وعدم العدالة ونقص الانصاف أو التمييز / ومشاعر الغضب تتضمن استجابات قوية من الجهاز العصبي المستقل مثل زيادة في ضغط الدم والعرق والتنفس ونبضات القلب وافراز سكر في الدم وجميع هذه الاستجابات تهيئ الكائن الحي للعراك ، وتعبيرات الغضب تختلف من شخص لآخر ومن عمر لآخر وتتراوح ما بين النوبات الانفعالية والضرب والركل والعناد في السنوات المبكرة من العمر إلي المضايقة والسخرية والفظاظة والسب خلال سن المدرسة إلي مضغ المظالم والملاحظات الساخرة واللاذعة باستخدام ميكانزم كبش الفداء seapegoating والسب وعدم الاستقرار والسخط المبرر اخلاقيا في الأعمار المتأخرة .

(جابر عبد الحميد ، علاء الدين كفافي : 1988 ، ص 159)

7- تعريف أحمد عبد الخالق / 1990

" الغضب هو انفعال يتضمن احباط أو استفزازا (كالإهانة أو الاحتقار) والاعتقاد بأن المتسبب في الاستفزاز يجب أن يقوم الشخص بإيذائه أو يوقفه عند حده ، ويحدث في الغضب تنبه للفرعين السمبثاوي والباراسمبثاوي . (أحمد

عبد الخالق : 1990 ، ص 417) .

8- تعريف فرج عبد القادر طه (1993):

الغضب انفعال سيء غير مريح ، ويصاحب الرغبة في الاعتداء والتدمير وإنزال الضرر بالآخرين أو بالذات أحيانا ويصاحب الغضب تغيرات فسيولوجية تستهدف تهيئة الجسم بالقوة والطاقة اللازمة للاعتداء بإشباع دافع الغضب كارتفاع السكر في الدم وإندفاع الدم إلي العضلات وزيادة التجلط في الدم ، كما أن للغضب مظاهر خارجية أيضا علي ملامح الوجه وتغير لونه وإهتزاز بعض اطراف الجسم وضعف السيطرة عليها .

(فرج عبد القادر طه : 1993 ، ص 571)

9- تعريف حامد زهران / 1997

الغضب هو وسيلة للتعامل مع البيئة المهددة ويتضمن استجابات طارئة وسلوكا مضادا لمثيرات التهديد ويصاحبه تغييرات فسيولوجية لامداد الغدد لسلوك يناسب الموقف المهدد .

(حامد زهران :1997، ص 421)

10- تعريف (Lauraence steinberg) 1993

الغضب يعني عنف المشاعر الانتقامية المثابرة بواسطة جرح حقيقي للنفس أو الأخرين.

والغضب أعم من الضيق / ويعبر الغضب عن مشاعر أقل من

مشاعر الضيق / وكلاهما يعبران عن الغضب الخارجي وكذلك الرغبة في ضبط النفس . (Lauraence steinberg : 1993 . P. 5)

11- تعريف Aruold H . Buss / 1961 .

الغضب ، هو انفعال يحدث كرد فعل ، ويحدث الانفعال كنتيجة للدفع مما يملكه الشخص ، وأن الغضب يؤدي إلي العدوان .

(Aruold H . Buss , 1961 , p .11)

12- تعريف Linda 2002:

الغضب شعور وليس سلوك ويأخذ العديد من الأشكال مثل السخط والغيظ والحدة أو الهياج . (Linda ,2002 , p.1:2)

ومن خلال ما سبق يمكن استخلاص التعريف الاجرائي للغضب:

1- الغضب انفعال يصدر عن المراهق حيث يتعرض للعديد من المواقف المثيرة للغضب.

2- وله مشاعر مصاحبه له .

3- وله ردود فعل نفسية وجسمية .

4- يمكن التعبير عنه في صورتين أو كليهما ، الغضب الخارجي وهو السلوك الظاهر الملاحظ ، والغضب الذاتي الذي يرتبط بالتغيرات الفيزيولوجية .

5- ولانفعال الغضب صفة الحدة التي تختلف من شخص لآخر ، وسوف

تعتمد الدراسة علي المؤشرات والمحددات التالية لقياس الغضب للمراهقين طبقا لمقياس الغضب :

أ . مثيرات الغضب .

ب- المشاعر المصاحبة للغضب .

ج – الأعراض السيكوسوماتية .

د- الغضب الخارجي والذاتي .

هـ- حدة الغضب .

خطوات إعداد المقياس

قام الباحث بالاعتماد علي خطوتين في إعداد المقياس .

الخطوة الأولي : .

تطبيق استمارة استطلاع رأي الطلاب والمعلمين حول الغضب وذلك للتوصل إلي الأبعاد المختلفة للمقياس .

الخطوة الثانية : .

قام الباحث بالإطلاع علي الدراسات والمقاييس السابقة الخاصة بهذا المجال، وذلك بهدف الاستفادة منها في إعداد المقياس الحالي ، وتحديد الأبعاد الخاصة به .

وقد كان من بين المقاييس التي تيسر للباحث الإطلاع عليها الآتي : .

1- اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية . اعداد حمدي شاكر، 1991.

2- مقياس الغضب كحالة وسمة ، إعداد محمد السيد عبد الرحمن ، فوقية حسن عبد الحميد ، 1998 .

3- مقياس مثيرات الغضب لدي الشباب الفلسطيني إعداد ، نظمي عودة ابو مصطفي ، 2001 .

4- مقياس الغضب المتعدد الأبعاد (دراسة عاملية) إعداد محمد محروس الشناوي عبد الغفار الدمياطي ، 1993 .

5- تقرير الصدق والثبات للصورة العربية لقائه حالة وسمة الغضب والتعبير عنه لسبيلبرجر إعداد عبد الفتاح القرشي 1997 .

6- مقياس الأفكار العقلانية للأطفال والمراهقين / تعريب واعداد معتز سيد عبد الله ، محمد السيد عبد الرحمن / 2002 .

7- دليل تطبيق مقياس الخبرات الشخصية المرتبطة بوصف انفعال الغضب (DSOFA) جيمس افريل) إعداد حسن مصطفي عبد المعطي ، علي عبد السلام علي ، 2001.

8- المقياس العربي للغضب ، إعداد ، علاء الدين كفافي ، مايسة احمد النيافي ، 2000.

<u>ويمكن ايضاح المراحل المختلفة لإعداد المقياس علي النحو التالي</u>

المرحلة الأولي : مرحلة جمع عبارات المقياس وصياغتها .

وتتطلب هذه المرحلة أن يكون لدي الباحث عدد كبير من الفقرات التي تحدد مظاهر الغضب من حيث مثيرات الغضب والمشاعر المصاحبة للغضب / الأعراض السيكوسوماتية / الغضب الداخلي و الغضب الخارجي / حدة الغضب / شرط أن تتباين هذه العبارات وتتنوع بحيث يمكن اختيار المناسب منها .

هذا وقد استعان الباحث بالعديد من الدراسات السابقة والمقاييس العربية والأجنبية التي تناولت الغضب وكذلك كيفية تصميم مقياس للغضب ، وذلك لمساعدة الباحث في انتقاء الفقرات بالإضافة إلي قيام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية علي عدد من الطلاب والمدرسين وذلك لمعرفة أرائهم حول الغضب من حيث مظاهره المختلفة وذلك حتى تتوافق فقرات المقياس بين الناحية النظرية والناحية الميدانية .

وقد استفاد الباحث من تلك الدراسات والمقاييس في الجوانب التالية : .

أ- كيفية صياغة فقرات المقياس .

ب- تحديد الفقرات تحديدا دقيقا حتى لا يحدث تكرارا أو غموض .

ج- تحديد عدد العبارات التي يحتويها كل بعد من أبعاد المقياس .

د- الاستفادة بتحديد محكات قياس المتغير التابع (الغضب) والذي تم في ضوئه صياغة العبارات لكل محك .

يتكون مقياس الغضب من الأبعاد التالية :

1- مثيرات الغضب

2- المشاعر المصاحبة للغضب .

3- الأعراض السيكوسوماتية

4- الغضب الذاتي .

5- الغضب الخارجي .

6- حدة الغضب .

وقد قام الباحث بصياغة عدد من الفقرات لكل بعد من الأبعاد السابقة، وقد تجمع لدي الباحث (73) فقرة للمقياس بواقع (19 فقرة) للبعد الأول و(13) فقرة للبعد الثاني ، (14) فقرات للبعد الثالث و (9) فقرات للبعد الرابع، (9) فقرات للبعد الخامس ، (9) فقرة للبعد السادس وذلك قبل عرضه علي السادة المحكمين .

وقد تم تقديم المقياس في صورته الأولي والمكون من (73) فقرة علي الأساتذة المحكمين .

<u>المرحلة الثانية : مرحلة التحكيم علي العبارات</u>

استعان الباحث بعدد من المحكمين للتعرف علي مدي مقياس كل فقرة من هذه الفقرات لأبعاد الغضب تحديدا واضحا حتى يمكن استبعاد الفقرات غير الواضحة المعنى أو مزدوجة المعنى أو غير مناسبة في الصياغة للمبحوثين وقد عرض المقياس علي 10 من المحكمين من جامعة القاهرة ، جامعة عين

شمس وجامعة الأزهر ، المركز القومي للامتحانات .

في ضوء عدة معايير : .

أ- مدي ارتباط العبارات بالمحكات الأساسية

ب- سلامة الصياغة

ج- مدى وضوح العبارات وسهولتها

د- إضافة ما يرونه من عبارات .

وفي ضوء ملاحظات السادة المحكمين علي المقياس رأي الباحث صياغة بعض الفقرات واستبعاد الفقرات غير المرتبطة أو المتداخلة هذا بجانب إضافة بعض الفقرات علي كل بعد .

بعد ذلك قام الباحث بالتحقق من صدق المقياس من خلال حساب نسبة الاتفاق بين السادة المحكمين علي فقرات المقياس .

حيث امكن استبعاد بعض الفقرات التي لم تحصل علي موافقة بنسبة 80% من السادة المحكمين أي ان الفقرات التي حصلت علي 70% تم استبعادها .

المرحلة الثالثة : . مرحلة انتقاء العبارات

كانت محصلة المرحلة السابقة أن تجمع لدي الباحث (73) فقرة قام بوصفها علي أساس ترويج ثلاثي بحيث تكون الاستجابة لكل فقرة بإحدي الاجابات التالية " نعم . احيانا . لا"بحيث تأخذ الاجابة نعم (3) درجات ، احيانا (2) درجتان ، لا (1) درجة واحدة .

المرحلة الرابعة

في ضوء المراجعة لفقرات المقياس قام الباحث بصياغة المقياس في شكله النهائي ، تم اختيار فقرات المقياس بواقع (73) فقرة مع مراعاة أن تكون الفقرات ممثلة جميع مؤثرات كل بعد قدر الإمكان .

<u>المفاهيم الاجرائية المستخدمة في مقياس الغضب للمراهقين :</u>

يتم المقياس بقياس ستة أبعاد : هي : .

مفهوم الغضب :

- الغضب انفعال يصدر عن المراهق حيث يتعرض للعديد من المواقف المثيرة للغضب.
- وله مشاعر انفعالية مصاحبه له ، وله ردود فعل نفسية وأخري جسمية ، ويمكن التعبير عنه في صورتين أو في كليهما ، الغضب الخارجي ، هو السلوك الظاهر الملاحظ ، والغضب الذاتي الذي يرتبط بالتغيرات الفيزيولوجية ، لانفعال الغضب صفة الشدة والحدة تختلف من شخص لآخر.

1- مثيرات الغضب : .

نعنى بمثيرات الغضب ، العوامل التي تؤدى إلي غضب المراهقين سواء خاصة بالمدرس مثل نقد المدرس للمراهق بدون سبب أمام زملائه ، أو غيابه عن الحصص دون إعتذار ، او عوامل خاصة بزملائه مثل محاولة بعض زملائه تشتيت انتباهه أو الحديث معه بصوت عال وقد تكون مثيرات

الغضب ترجع إلي عوامل اسرية مثل عدم عدل الوالدين بينه وبين اخوته .

2- المشاعر المصاحبة للغضب .

يصاحب الغضب العديد من المشاعر التي تنتاب الشخص الغاضب مثل الشعور بالاحباط والضيق والمشاعر العدائية والرغبة في العدوان والعنف سواء نحو الأشخاص أو الأشياء .

3- الأعراض السيكوسوماتية (النفسجسمية)

للغضب جوانب نفسية وأخري جسمية وعادة يوجد ترابط بين الجوانب النفسية والجسمية وهي ما يطلق عليها الأعراض السيكوسوماتية فعندما يغضب الشخص فهذا جانب نفسي وفي نفس الوقت يصاحب ذلك جوانب جسمية مثل صعوبة في التنفس وسرعة في ضربات القلب ، وارتفاع ضغط الدم ، فقد الشهية .

4- الغضب الذاتي .

هو ما يحدث للشخص من انسحاب علي ذاته أثناء الغضب وقد يوجه غضبه نحو مثل قطع ملابسه أثناء الغضب ، خدش الوجه أو الضغط علي الأسنان .

5- الغضب الخارجي .

هو السلوك الظاهر الملاحظ أثناء غضب الشخص سواء أكان ذلك بصورة لفظية مثل الصياح أو بصورة بدنية مثل العنف الموجه نحو الزملاء والآخرين.

6- حدة الغضب

نجد أن انفعال الغضب يتميز بصفة الشدة والحدة التي تختلف من شخص لاخر مثل فقدان السيطرة التامة علي نفسه أثناء الغضب ، الشعور بأن الدم يغلي ، أو الشعور بالانفجار من الغضب .

مكونات المقياس :

قام الباحث بتحديد الأبعاد بناء علي الجانب الميداني من خلال تطبيق استمارة استطلاع رأي الطلاب والمعلمين ، كذلك الاطلاع علي التراث النظري .

قام الباحث بعرض المقياس في صورته الأولي بعد تحديد الأبعاد الخاصة به ، وتحديد الفقرات الخاصة بكل بعد علي السادة المتخصصين ، يهدف الاستفادة من خبرتهم في هذا المجال ، ولضمان سلامة إعداد المقياس، وتحقيق اقصي فائدة عملية منه .

تم تنفيذ ملاحظات الأساتذة المحكمين والاستفادة منها في تحديد

الفقرات الخاصة بكل بعد من الأبعاد سواء بالاضافة أو الحذف الغضب أو التعديل .

صدق المحكمين :

قام الباحث بعرض المقياس علي عدد من الأساتذة لابداء الرأي حول سلامة المقياس لقياس ما وضع لقياس.

وبعد حساب نسبة الاتفاق بين المحكمين علي عبارات المقياس تم استبعاد الفقرات التي حصلت علي 70% فأقل .

$$\text{معادلة نسب الاتفاق} = \frac{\text{عدد مرات الاتفاق}}{\text{عدد مرات الاتفاق} - \text{عدد مرات الاختلاف}} \times 100$$

جدول رقم (1)

يوضح نسبة اتفاق المحكمين علي فقرات المقياس البعد الأول

(مثيرات الغضب)

رقم الفقرة	نسبة الاتفاق	رقم الفقرة	نسبة الاتفاق
1	%80	11	%100
2	%90	12	%100
3	%100	13	%100
4	%90	14	%90
5	%80	15	%80
6	%90	16	%90
7	%100	17	%90
8	%80	18	%80
9	%80	19	%100
10	%90		

تم اضافة ثلاثة فقرات علي المقياس في صورته النهائية وأرقام هذه الفقرات هي (20، 21 ، 22) .

وبالتالي أصبح العدد الكلي لفقرات البعد الأول 22 فقرة مع الأخذ في الاعتبار انه تم تعديل صياغة عدد من الفقرات وعددها 9 فقرات وأرقام هذه الفقرات علي المقياس في صورته الأولي (3، 8، 10 ، 11 ، 12 ، 13 ، 14 ، 18 ، 19) .

جدول رقم (2)

يوضح نسب اتفاق المحكمين علي البعد الثاني

وهو المشاعر المصاحبة للغضب

رقم الفقرة	نسب الاتفاق
20	%90
21	%100
22	%90
23	%70
24	%80
25	%90
26	%100
27	%100
28	%90
29	%90
30	%100
31	%80
32	%100

نلاحظ في الجدول السابق انه تم حذف الفقرة رقم (23) وذلك لحصولها علي 70% من مجموع أراء المحكمين وبالتالي اصبح عدد فقرات البعد الثاني (12) فقرة في صورته النهائية مع الاخذ في الاعتبار أنه تم تعديل صياغة ثلاث فقرات وهي (25، 26 ، 30) وذلك في صورته الأولي .

جدول رقم (3)

يوضح نسب اتفاق المحكمين علي البعد الثالث (الاعراض السيكوسوماتية)

رقم الفقرة	نسب الاتفاق
33	%100
34	%90
35	%100
36	%80
37	%90
38	%60
39	%50
40	%80
41	%100
42	%70
43	%100
44	%100
45	%70
46	%90

يتضح من الجدول السابق انه تم حذف عدد (4) فقرات وهي (38 ، 39، 42، 45) وبالتالي أصبح عدد فقرات البعد الثالث في صورته النهائية (10) فقرات بدلا من (14) فقرة ومع الاخذ في الاعتبار انه تم اعادة صياغة عدد من الفقرات وهي (37 ، 40) في صورته الأولي .

جدول رقم (4)

يوضح نسب اتفاق المحكمين علي البعد الرابع (الغضب الذاتي)

رقم الفقرة	نسب الاتفاق
47	%90
48	%100
49	%80
50	%100
51	%100
52	%100
53	%80
54	%90
55	%90

يتضح من الجدول السابق انه لم يحدث حذف أو تعديل أو اضافة أي فقرة وبالتالي أصبح عدد فقرات البعد الرابع في صورته النهائية (9) فقرات.

جدول رقم (5)

يوضح نسب اتفاق المحكمين علي البعد الخامس (الغضب الخارجي)

رقم الفقرة	نسب الاتفاق
56	%100
57	%90
58	%80
59	%90
60	%80
61	%100
62	%100
63	%80
64	%90

يتضح من الجدول السابق ان عدد فقرات البعد الخامس (9) فقرات وانه لم يحذف أي فقرة من فقرات البعد وأنه تم اعادة صياغة (2) فقرة وأرقام هذه

الفقرات علي المقياس في صورته الأولي هي (59، 60) .

جدول رقم (6)

يوضح نسب اتفاق المحكمين علي فقرات البعد السادس (حدة الغضب)

رقم الفقرة	نسب الاتفاق
65	%80
66	%90
67	%100
68	%80
69	%100
70	%90
71	%80
72	%100
73	%90

يتضح من الجدول السابق ان عدد فقرات البعد السادس (9) فقرات في صورته الأولي ولكن تم اضافة فقرتين وهي (72، 73) في صورته النهائية.

من خلال ما سبق يتضح أن الباحث قد قام بتحديد عدد فقرات المقياس في صورته النهائية المكونة من (73) فقرة وذلك بعد الحذف والاضافة والتعديل لكل ابعاد المقياس .

طريقة تصحيح المقياس

توجد أمام كل عبارة ثلاثة اختبارات (نعم . احيانا . لا) ويقوم المفحوص بوضع علامـة (   ) امـام الفقرة التـي تناسب اجابتـه ويعطـي الـدرجات التاليـة نعم(3) احيانا (2) لا (1)

جدول رقم (7)

يوضح الابعاد الممثلة في مقياس الغضب

وعدد الفقرات لكل بعد والحد الأدني والحد الأعلي لدرجة كل بعد

ابعاد مقياس الغضب	عدد العبارات	الحد الأدني للدرجة	الحد الأعلي للدرجة
1- مثيرات الغضب	22	22	66
2- المشاعر المصاحبة له	12	12	36
3- الأعراض السيكوسوماتية	10	10	30
4- غضب ذاتي	9	9	27
5- غضب خارجي	9	9	27
6- حدة الغضب	11	11	33
مجموع	73	73	219

حساب ثبات مقياس الغضب

لقد قام الباحث بحساب ثبات مقياس الغضب ، وذلك علي عينة عددها (200) طالب من الذكور فقط وذلك بالمرحلـة الثانويـة ، وذلـك بطريقـي الفاكر ونبـاخ والتجزئة النصفية .

جدول رقم (8)

يوضح معاملات الثبات بطريقتي الفاكر ونباخ والتجزئة النصفية

المقياس	**معاملات الثبات**	
ألفاكر ونباخ	التجزئة النصفية	
	سبيرمان . براون	جتمان
0.94	0.90	0.90

من الجدول السابق يتضح أن مقياس الغضب علي درجة عالية من الثبات فنجد أن قيمة معاملات الثبات بطريقة الفاكر ونباخ 0.94 وقيمة معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية سواء من خلال معادلة سبيرمان براون 0.90 وكذلك معادلة جتمان 0.90 وهذا يدل علي ان مقياس الغضب يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

<u>حساب الاتساق الداخلي لمقياس الغضب للمراهقين</u>

قام الباحث بحساب الاتساق الداخلي لمقياس الغضب ، وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد) .

ثم حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس.

جدول رقم(9)

يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات

بعد (مثيرات الغضب) والدرجة الكلية لهذا البعد .

200 = N

رقم البند	قيمة ر	مستوي الدلالة	رقم البند	قيمة ر	مستوى الدلالة
1	0.39	0.01	28	0.24	0.01
2	0.38	0.01	41	0.47	0.01
3	0.37	0.01	42	0.41	0.01
4	0.37	0.01	43	0.46	0.01
5	0.41	0.01	44	0.38	0.01
14	0.23	0.01	54	0.43	0.01
23	0.45	0.01	55	0.45	0.01
24	0.43	0.01	56	0.41	0.01
25	0.42	0.01	65	0.42	0.01
26	0.44	0.01	65	0.22	0.01
27	0.47	0.01	72	0.47	0.01

يتضح من الجدول السابق ان حجم معاملات الارتباط جميعها دالة عند مستوى 0.01 وهذا يشير إلي تمتع بعد (مثير الغضب) لمقياس الغضب بدرجة عالية وكبيرة من التجانس .

جدول رقم (10)

يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات

(المشاعر المصاحبة للغضب) والدرجة الكلية لهذا البعد

200 = N

رقم البند	قيمة ر	مستوي الدلالة	رقم البند	قيمة ر	مستوى الدلالة
6	0.44	0.01	45	0.28	0.01
7	0.67	0.01	46	0.61	0.01
8	0.44	0.01	57	0.56	0.01
9	0.61	0.01	58	0.59	0.01
29	0.55	0.01	66	0.61	0.01
31	0.67	0.01	67	0.33	0.01

من الجدول السابق يتضح ان قيمة معاملات الارتباط جميعها دالة عند مستوى 0.01 وهذا يشير الي تمتع بعد (المشاعر المصاحبة للغضب) لمقياس الغضب بدرجة عالية من التجانس.

جدول رقم (11)

يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارة بعد(الأعراض السيكوسوماتية) والدرجة الكلية لهذا البعد .

N = 200

رقم البند	قيمة ر	مستوي الدلالة	رقم البند	قيمة ر	مستوى الدلالة
10	0.70	0.01	47	0.39	0.01
11	0.64	0.01	48	0.68	0.01
12	0.55	0.01	59	0.62	0.01
32	0.64	0.01	68	0.46	0.01
33	0.50	0.01	73	0.58	0.01

يتضح من الجدول السابق ان قيمة معاملات الارتباط جميعها دالة عند مستوى 0.01 وهذا يشير الي تمتع بعد (الاعراض السيكوسوماتية) بدرجة عالية وكبيرة من التجانس.

جدول رقم (12)

يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات بعد (الغضب الذاتي)

والدرجة الكلية لهذا البعد

200 = N

رقم البند	قيمة ر	مستوي الدلالة	رقم البند	قيمة ر	مستوى الدلالة
13	0.44	0.01	50	0.51	0.01
15	0.69	0.01	60	0.34	0.01
34	0.67	0.01	61	0.77	0.01
35	0.76	0.01	69	0.60	0.01
39	0.55	0.01			0.01

يتضح من الجدول السابق ان قيمة معاملات الارتباط جميعها دالة عند مستوى 0.01 وهذا يشير الي تمتع بعد (الغضب الذاتي) لمقياس الغضب بدرجة عالية وكبيرة من التجانس.

جدول رقم (13)

يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات بعد

(الغضب الخارجي) والدرجة الكلية لهذا البعد

200 = N

رقم البند	قيمة ر	مستوي الدلالة	رقم البند	قيمة ر	مستوى الدلالة
16	0.52	0.01	38	0.76	0.01
17	0.50	0.01	51	0.68	0.01
18	0.55	0.01	62	0.69	0.01
36	0.63	0.01	70	0.74	0.01
37	0.74	0.01			0.01

يتضح من الجدول السابق ان قيمة معاملات الارتباط جميعها دالة عند مستوى 0.01 وهذا يشير الي تمتع بعد (الغضب الخارجي) لمقياس الغضب بدرجة عالية وكبيرة من التجانس.

جدول رقم (14)

يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات بعد (حدة الغضب)

والدرجة الكلية لهذا البعد

200 = N

رقم البند	قيمة ر	مستوي الدلالة	رقم البند	قيمة ر	مستوى الدلالة
19	0.62	0.01	40	0.60	0.01
20	0.58	0.01	52	0.49	0.01
21	0.58	0.01	53	0.61	0.01
22	0.62	0.01	63	0.65	0.01
30	0.54	0.01	71	0.66	0.01
39	0.62				

يتضح من الجدول السابق ان قيمة معاملات الارتباط جميعها دالة عند مستوى 0.01 وهذا يشير الي تمتع بعد (حدة الغضب) لمقياس الغضب بدرجة عالية وكبيرة من التجانس.

جدول رقم (15)

يوضح معامل الارتباط بين كل بعد من ابعاد مقياس الغضب وبين الدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي)

200 = N

م	ابعاد مقياس الغضب	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	حجم التأثير
1	مثيرات الغضب	0.63	0.01	كبير
2	المشاعر المصاحبة للغضب	0.86	0.01	كبير للغاية
3	الاعراض السيكوسوماتية	0.86	0.01	كبير للغاية
4	غضب ذاتي	0.82	0.01	كبير للغاية
5	غضب خارجي	0.82	0.01	كبير للغاية
6	حدة الغضب	0.87	0.01	كبير للغاية

من الجدول السابق يتضح ان جميع معاملات الارتباط بين درجات كل بعد من ابعاد مقياس الغضب وبين الدرجة الكلية له كانت دالة عند مستوى 0.01 وهذا يـدل علـي تمتـع مقيـاس الغضـب بدرجـة عاليـة جـدا مـن الاتسـاق الـداخلي والتجانس .

حساب الصدق العاملي لمقياس الغضب للمراهقين :

تم حساب الصدق العاملي لمقياس الغضب ، ويجدر الإشارة الي أن الصدق العاملي يعرض ادق أنواع الصدق ، كما انه يعبر عن صدق بناء المقياس .

جدول رقم (16)

يوضح مصفوفة معاملات ارتباط علاقة كل بعد من ابعاد مقياس الغضب بالابعاد الأخري للمقياس.

م	ابعاد مقياس الغضب	1	2	3	4	5	6
1	مثيرات الغضب	1	0.44	0.41	0.27	0.26	0.39
2	المشاعر المصاحبة		1	0.73	0.69	0.66	0.71
3	الأعراض السيكوسوماتية			1	0.70	0.68	0.73
4	غضب ذاتي				1	0.81	0.71
5	غضب خارجي					1	0.75
6	حدة الغضب						1

** دالة عند مستوى 0.01

ابعاد المقياس

جدول رقم (17)

يوضح ابعاد مقياس الغضب

م	ابعاد مقياس الغضب	العامل (1)
1	مثيرات الغضب	0.51
2	المشاعر المصاحبة	0.87
3	الاعراض السيكوسوماتية	0.88
4	غضب ذاتي	0.87
5	غضب خارجي	0.87
6	حدة الغضب	0.89
	الجذر الكامل	4.1
	نسبة التباين	% 68.2

من الجدول السابق يلاحظ أن المصفوفة العاملية استخلصت 68.2 % من تباين المصفوفة الارتباطية .

معنى هذا ايضا ان نسبة تباين مصفوفة البواقي 31.8

وعلي ذلك فقد وصلت النسبة الكلية للتباين نسبة مرتفعة ، وتشير الي أن العوامل المستخدمة تكفي لاستيعاب قدر مناسب من التباين .

مما سبق يتضح أن مقياس الاتصال يتمتع بدرجة عالية من الصدق العاملي وبالتالي صدق البناء .. مما يتيح استخدامه في الدراسات التالية بصورة يطمئن لها الباحث بدرجة عالية .



الصورة الأولي

(مقياس الغضب للمراهقين)

م	الأبعاد	مناسبة العبارة للبعد	سلامة الصياغة
	البعد الأول مثيرات الغضب		
1	يغضبني غياب المدرس عن الحصص دون اعتذار		
2	اشعر بالغضب عندما افقد ادواتي المدرسية		
3	تتولد لدي مشاعر الغضب عندما اتعرض للنقد من قبل المدرسين امام الآخرين .		
4	يثير غضبي عدم اكتراث المدرس باجادتي لواجباتي		
5	اغضب عندما لا اتمكن من عمل واجباتي بشكل جيد		
6	مما يثير غضبي محاولة بعض زملائي تشتيت انتباهي وتركيزي اثناء شرح المدرس		
7	اشعر بالغضب عندما لا يتحقق أي مطلب اريده		
8	من الاشياء المثيرة لغضبي عدم المساواة بيني وبين زملائي		
9	اغضب عندما يقاطعني احد اثناء الكلام		
10	حديث الاخرين معي بصوت عالي يثير غضبي		
11	تتولدي لدي مشاعر الغضب عندما يسخر مني احد زملائي او أخواتي		
12	مما يشعرني بالغضب ان تتسبب اخطائي غير المقصودة في إفساد العلاقة بيني وبين الآخرين		

م	الأبعاد	مناسبة العبارة للبعد	سلامة الصياغة
13	اشعر بالغضب عند تذكري لشي سيء حدث لي في الماضي		
14	اشعر بالغضب بسبب عدم قدرتي الي الوصول الي مستوى زملائي بالمدرسة		
15	اشعر بالغضب بسبب عدم قدرتي علي المثابرة في تحقيق اهدافي		
16	يغضبني عدم عدل والدي بيني وبين اخوتي		
17	اغضب عادة عندما لا احصل علي مصروف كافي		
18	مما يثير غضبي ان اري المتسلق قد حقق ما لم يحققه المجتهد من مكاسب		
19	يثار غضبي عندما اكتشف انني وضعت ثقتي في من لا يستحق اضافة ما ترونه من عبارات 1- 2- 3- 4- 5- البعد الثاني المشاعر الانفعالية المصاحبة للغضب		
20	عندما اغضب يلازمني الشعور بالاحباط		
21	يمتزج لدي الغضب بمشاعر القلق		

م	الأبعاد	مناسبة العبارة للبعد	سلامة الصياغة
22	ينتابني الشعور بالضيق عندما أغضب .		
23	اشعر بالألم كلما غضبت		
24	عندما أغضب ينشأ لدي شعور بالخوف		
25	عادة يلازم غضبي شعوري بالارتباك		
26	عندما أغضب اشعر بكراهية كل من حولي		
27	عندما أغضب اشعر بالرغبة إلي الموقف الذي أغضبني حتى اتصرف بشكل اخر .		
28	عندما اغضب تنشأ لدي مشاعر عدائية تجاه من تسبب في غضبي		
29	يلازم غضبي شعوري بالرغبة في العدوان علي من حولي		
30	يصاحب غضبي عادة رغبتي في الاعتداء علي ذاتي		
31	مع الغضب تتولدي لدي الرغبة في تدمير ممتلكات الاخرين		

م	الأبعاد	مناسبة العبارة للبعد	سلامة الصياغة
32	مع الغضب اشعر بالرغبة في تدمير ممتلكاتي اضافة ما ترونه من عبارات 1- 2- 3- 4- 5- البعد الثالث : الأعراض السيكوسوماتية		
33	كلما غضبت اجد صعوبة في التنفس		
34	عادة ما اجد سرعة في ضربات قلبي كلما غضبت		
35	اشعر بالالم في صدري عندما اغضب		
36	في حالة الغضب ينتابني صداع حاد		
37	عندما اغضب اشعر الالم في معدتي		
38	كلما اغضب اشعر الالم في ذراعي		
39	عندما اغضب اشعر الالم في القولون		
40	يصاحب غضبي شعوري بالاعياء الشديد		
41	كلما غضبت يرتفع لدي ضغط الدم		
42	كلما غضبت انتابني الارق		
43	بتسبب الغضب في فقدي الشهية		
44	في الغالب اشعر بالغثيان اثناء غضبي		

سلامة الصياغة	مناسبة العبارة للبعد	الأبعاد	م
		اثناء الغضب اعاني من الآم في عيني توثر في قدرتي علي الرؤية .	45
		ترتعش اطرافي اثناء الغضب اضافة ما ترونه من عبارات 1- 2- 3- 4- 5- البعد الرابع : الغضب الذاتي :	46
		عندما اغضب افضل الانسحاب من الموقف	47
		عندما اغضب استطيع اخفاء مظاهر غضبي	48
		في حالة غضبي من البعض اضغط علي نفسي حتى لا أجعلهم يدركون حقيقة مشاعري	49
		عادة عندما اغضب اقظم اظافري	50
		في الغالب اقطع ملابسي عندما اغضب	51
		عندما اغضب اقوم بإيذاء نفسي	52
		في حالة كوني غاضبا اضغط علي اسناني	53
		عندما اغضب اخدش وجهي محدثا جروح	54
		اشد شعري اثناء غضبي	55

م	الأبعاد	مناسبة العبارة للبعد	سلامة الصياغة
	اضافة ما ترونه من عبارات 1- 2- 3- 4- البعد الخامس : الغضب الخارجي		
56	عندما اغضب اعبر عن غضبي امام الآخرين		
57	عندما اغضب من شخص ما فإنني اواجهه دون الاهتمام بوجود الآخرين		
58	عندما اغضب اصرح واصيح في من أثار غضبي		
59	عندما اغضب اوجه عدواني نحو زملائي او اخوتي بطرق مختلفة		
60	عندما اغضب ادفع زملائي بعنف عند خروجي من الفصل		
61	التشاجر مع من يتسبب في غضبي		
62	عندما اغضب استخدم الات حادة لاتلاف ممتلكات الآخرين		
63	عندما اغضب اقوم باتلاف الأبواب والشبابيك		
64	عندما اغضب احطم الأشياء من حولي		

م	الأبعاد	مناسبة العبارة للبعد	سلامة الصياغة
	اضافة ما ترونه من عبارات 1- 2- 3- 4- البعد السادس : حدة الغضب		
65	اصاب بحالة من فقدان السيطرة التامة علي نفسي اثناء الغضب		
66	يدهش الاخرون من نوبات غضبي الشديدة		
67	عندما اغضب اشعر انني علي وشك الانفجار		
68	عندما اغضب اشعر ان دمي يغلي		
69	كل من يحيط بي يدرك ان نوبات غضبي أعنف مما يحدث للآخرين		
70	استمر في حالة من الغضب الشديد اكثر من اللازم		
71	اشعر بالغضب دائما اكثر مما يحدث للاخرين		
72	انا شخص غاضب دائما بسبب او بدون سبب		
73	عدد مرات غضبي خلال اليوم الواحد اكثر من اقراني بدرجة كبيرة		
	اضافة ما ترونه من عبارات 1- 2- 3-		

مقياس الغضب للمراهقين

استمارة التطبيق

إعداد

الدكتور/ أحمد عبد حمزة

أستاذ علم النفس المساعد كلية التربية

جامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن

1433

مقياس الغضب للمراهقين

عزيزي الطالب ....

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

تعليمات

الغرض من هذا المقياس هو التعرف علي مثيرات الغضب وكذلك المشاعر المصاحبة له وايضا الأعراض السيكوسوماتية المصاحبة للغضب وايضا الغضب الذاتي والخارجي وكذلك حدة الغضب .

المطلوب منك

أن تقرا كل موقف جيدا ثم سجل رأيك الشخصي ومشاعرك ازاءه في ورقة الاجابة المرفقة بوضع علامة (✓) تحت الاختيار الذي يتفق معك مع الاخيارات التالية (نعم) عندما تنطبق عليك العبارة بصورة متكررة ، (أحيانا) عندما تنطبق في بعض الأحيان ، (لا) عندما لا تنطبق عليك كلية .

ملاحظات

- المقياس ليس له وقت محدد ولكن حاول ان تجيب بسرعة .
- الاجابة سرية ولا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي .
- لا توجد إجابة صحيحة وأخري خاطئة .
- اجب بصراحة فالمطلوب هو رأيك الشخصي .
- لا تستشر أي شخص أخر اثناء اجابتك .
- ذكر الاسم هو عملية اختيارية .
- تذكر دائما وضع علامة (✓) واحدة فقط أمام كل بند .

وشكرا لحسن تعاونك

الباحث

م	العبارات	نعم	احيانا	لا
1	يغضبني غياب المدرس عن الحصص دون اعتذار			
2	اغضب عندما يقاطعني احد اثناء الكلام			
3	يغضبني ان اتذكر موقف سيء حدث لي في الماضي			
4	تتولد لدي مشاعر الغضب لدي نتيجة عدم اكتراث الاخرين بمشاعري			
5	مما يثير غضبي عدم قدرتي علي أخذ حقي ممن هو اقوى مني			
6	يمتزج لدي الغضب بمشاعر القلق			
7	أكره كل من حولي عندما أغضب			
8	عندما أغضب تنشأ لدي مشاعر عدائية تجاه من تسبب في غضبي			
9	عندما أغضب اشعر بالرغبة في تدمير ممتلكاتي			
10	اجد صعوبة في التنفس كلما غضبت			
11	اشعر بالالم في صدري عندما اغضب			

م	العبارات	نعم	احيانا	لا
12	يرتفع لدي ضغط الدم كلما غضبت			
13	عندما اغضب افضل الانسحاب من الموقف			
14	اشعر بالغضب عندما لا يتحقق أي مطلب اريده			
15	عندما اغضب اقوم بايذاء نفسي			
16	عندما اغضب اصب غضبي علي الآخرين			
17	عندما اغضب من شخص ما فإنني اواجهه دون الاهتمام بوجود الآخرين			
18	التشاجر مع من تسبب في غضبي			
19	اصاب بحالة من فقدان السيطرة التامة علي نفسي اثناء الغضب			
20	عندما اغضب اشعر انني علي وشك الانفجار			
21	استمر في حالة من الغضب الشديد اكثر من اللازم			
22	عندما اغضب لا استطيع التمييز بين كبير وصغير			
23	اشعر بالغضب عندما افقد ادواتي المدرسية			

م	العبارات	نعم	احيانا	لا
24	من الأشياء المثيرة لغضبي عدم المساواة بيني وبين زملائي من قبل المدرسين			
25	يثير غضبي حديث الاخرين معي بصوت عالي			
26	يغضبني ان اشعر أنني اقل من مستوى زملائي			
27	اغضب حينما لا يحقق الشخص المجتهد اهدافه			
28	اشعر بالغضب لعدم قدرتي علي إنجاز الأمور في الوقت المحدد			
29	اشعر بالاحباط عندما اغضب			
30	شدة غضبي لا تتناسب مع الموقف الذي آثارها			
31	ارغب في ايذاء نفسي عند الغضب			
32	اشعر بالاعياء الشديد عندما اغضب			
33	ترتعش اطرافي اثناء الغضب			
34	احيانا اقطع ملابسي عندما اغضب			
35	اشد شعري اثناء غضبي			
36	عندما اغضب اصرخ واصيح في من اثار غضبي			

م	العبارات	نعم	احيانا	لا
37	عندما اغضب ادفع زملائي بعنف			
38	عندما اغضب احطم الاشياء من حولي			
39	يدهش الاخرون من نوبات غضبي الشديدة			
40	انا شخص غاضب دائما بسبب او بدون سبب			
41	يغضبني نقد المدرسين لي امام زملائي			
42	اشعر بالغضب عندما يسخر مني احد زملائي			
43	اغضب من نفسي لقلة مثابرتي حتى تتحقق اهدافي			
44	يثور غضبي حينما اكتشف ان صديقي غير اهل للثقة التي وضعتها فيه			
45	ينتابني شعور بالضيق عندما اغضب			
46	اشعر برغبة في تدمير ممتلكات الاخرين عند الغضب			
47	تزداد سرعة ضربات قلبي كلما غضبت			
48	ينتابني صداع حاد في حالة الغضب			
49	عندما اغضب استطيع اخفاء مظاهر غضبي			

م	العبارات	نعم	احيانا	لا
50	في حالة كوني غاضبا اضغط علي اسناني			
51	عندما اغضب استخدم الات حادة لاتلاف ممتلكات الآخرين			
52	عندما اغضب اشعر بأن دمي يغلي			
53	اشعر بالغضب دائما اكثر مما يحدث للاخرين			
54	يغضبني عدم اكتراث المدرس باجادتي لواجباتي			
55	اغضب حينما افسد علاقتي بالاخرين عن غير قصد			
56	يغضبني عدم عدل والدي بيني وبين اخوتي			
57	عندما اغضب اشعر بالارتباك			
58	يلازم غضبي شعور بالرغبة في العدوان علي من اثار غضبي			
59	عندما اغضب اشعر بالالام في معدتي			
60	في حالة غضبي اضغط علي نفسي حتى لا اجعلهم يدركون حقيقة مشاعري			
61	عندما اغضب اخدش وجهي محدثا جروح			

م	العبارات	نعم	احيانا	لا
62	عندما اغضب اوجه عدواني نحو زملائي			
63	عدد مرات غضبي خلال اليوم الواحد اكثر من اقراني بدرجة كبيرة			
64	اغضب عندما لا اتمكن من عمل واجباتي بشكل جيد			
65	عادة اغضب عندما لا احصل علي مصروف كاف			
66	اشعر بالخوف عندما اغضب			
67	عندا اغضب اشعر بالرغبة في العودة إلي الموقف الذي اغضبني حتى أتصرف بشكل أخر			
68	عندما اغضب افقد الشهية			
69	عادة عندما اغضب اقظم اظافري			
70	عندما اغضب اقوم باتلاف الأبواب والشبابيك			
71	كل من يحيط بي يدرك ان نوبات غضبي اعنف مقارنة بالآخرين			
72	يثير غضبي محاولة بعض زملائي تشتيت انتباهي أثناء شرح المدرس			
73	أحيانا اشعر بالغثيان أثناء الغضب			

أسماء الأساتذة المحكمين علي المقياس

م	الاسم	التخصص
1	أ . د فايزة يوسف عبد المجيد	استاذ علم النفس . معهد الدراسات العليا للطفولة . جامعة عين شمس
2	أ . د عبد الحليم محمود السيد	استاذ علم النفس . كلية الأداب . جامعة القاهرة
3	أ . د فؤادة هدية	استاذ علم النفس . معهد الدراسات العليا للطفولة . جامعة عين شمس
4	أ . د ابراهيم شوقي	أستاذ علم النفس . كلية الأداب . جامعة القاهرة
5	أ . د عزة عبد الكريم	استاذ علم النفس . كلية الأداب . جامعة القاهرة
6	أ . د وفاء كمال	استاذ علم النفس . كلية رياض الأطفال . جامعة القاهرة
7	أ . د السعيد عبد الخالق	باحث بالمركز القومي للتقويم التربوي والامتحانات

م	الاسم	التخصص
8	أ . د جمال حمزة	استاذ علم النفس . كلية رياض الاطفال . جامعة القاهرة .
9	أ . د سميرة عبد العال	استاذ علم النفس . معهد الدراسات والبحوث التربوية . جامعة القاهرة
10	أ . د محمد عبد الفتاح	استشاري الطب النفسي . جامعة الأزهر.

المراجع

أولا : . المراجع العربية

1- جان بول سارتر ، ترجمة سامي محمود علي ، عبد السلام القفاش ، (1960) : نظرية الانفعالات ، دار المعارف ، القاهرة .

2- جيمس أنديل ، ترجمة حسن مصطفى ، على عبد السلام (2001) : دليل تطبيق مقياس الخبرات الشخصية المرتبطة، بوصف انفعال الغضب (DSOEA) ، ط1 مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة .

3- سعد فاروق : 2007، تقييم فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات الجامعات رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية البنات ، جامعة عين شمس .

4- عبد الفتاح القرشي، (1997) : تقرير الصدق والثبات للصورة العربية لقائمة حالة وسمة الغضب والتعبير عنه لسبيلبرجر ، مجلة علم النفس، العدد43، السنة الحادية عشر، القاهرة.

5- علاء الدين كفافى، مايسة أحمد النيال ، (2000): المقياس العربي للغضب ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة .

6- علاء الدين كفافى ، مايسة النيال، (1997) : الغضب وعلاقة ببعض متغيرات الشخصية.

7- محروس الشناوي ، عبد الغفار الدماطي ، (1992) : الغضب وعلاقته

ببعض متغيرات الشخصية ، (دراسة تطبيقية) محلية دراسات تربوية ، رابطة التربية الحديثة ، القاهرة.

8- محمد السيد عبد الرحمن، فوقية حسن عبد الحميد (1998) : مقياس الغضب كحالة وسمة ، دار قباء ، القاهرة .

9- محمد بن أبي بكر الرازي ، (1992): مختار الصحاح ، مكتبة لبنان، بيروت.

10- محمد جواد الخطيب، (1989): العلاقة بين مستوى القلق والتحصيل الدراسي لدى المراهقين الفلسطينيين وتصميم برنامج إرشادي للتخفيف من حدة القلق، رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس .

11- محمد رضا الشرفين (1998): دينا المراهقات ط1، دار النبلاء ، بيروت.

12- يوسف مراد، (1962): مبادئ علم النفس العام، دار المعارف القاهرة.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

13- A.W. Frisby , 1988: Longman, First English dictionary, Longman group, (FF) Ltd .

14- Arnold H. Buss, (1961): The psychology of aggression , John wiley and sons, Inc, New York and London .

15- Hohuj. Shmidt : (1999), Counselling in schools,

Allynand Balon, Us.A.

16- John C. Coleman and Leop. Henary, (1999: Physical development, routledge, London.

17- Petit, etc, (1998): The effects of An anger management program on aggressive Adolescence, university of New Orleans .

18- The Nelson contemporary English dictionary , (1982) : Nelson International students, edition Canada.

19- Webster new English diclionary, (1982): Anew compact dictionary of current English student and general reader, pocket edition, long man group, Ltd, New York .



د.أحمد حمزة

دكتوراة فى الارشاد النفسى السلوكى

أستاذ علم النفس المساعد بقسم علم النفس كلية التربية

جامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن

Email: dr.hamza677@gmail.com

Mobil: 0548424874

<u>الدرجات العلمية:</u>

- بكالوريوس خدمة اجتماعية (تقدير عام جيد جدا)1995.
- ليسانس علم نفس (تقدير جيد) قسم علم النفس كلية الآداب جامعة عين شمس2003.
- ماجستير فى الارشاد النفسى السلوكى تقدير ممتاز فى موضوع.

(مدى فاعلية برنامج ارشادى لتخفيف سلوك العنف لدى عينة من

المراهقين) دراسة تجريبية ، جامعة عين شمس2001.

- دكتوراة فى الارشاد النفسى السلوكى تقدير ممتاز مع

مرتبة الشرف

فى موضوع(مدى فاعلية برنامج ارشادى لخفض الغضب لدى عينة من المراهقين) جامعة عين شمس2005.

- الالتحاق بتمهيدى ماجستير كلية البنات جامعة عين شمس.
- الالتحاق بدبلوم علم النفس الاكلينيكى كلية الاداب جامعة القاهرة.
- الالتحاق ببرنامج اللغة العبرية كلية الاداب جامعة عين شمس.
- الالتحاق ببرنامج اللغة الانجليزية كلية الاداب جامعة القاهرة.

أبحاث منشورة:

- الرضا الطلابى وعلاقتة بالاداء مجلة جامعة القاهرة 2008م.
- مدى فاعلية برنامج ارشادى تكاملى فى تخفيف العنف لدى عينة من الأطفال الأيتام الجانحين،المؤتمر السعودى الأول لرعاية الأيتام، الرياض،1432.
- اتجاهات الزواج من الخارج وعلاقتة ببعض المتغيرات الأسرية ، دراسة ميدانية على المجتمع السعودى،المؤتمر السادس عشر ،مركز الإرشاد النفسى ، جامعة عين شمس،2012.
- اتجاهات عينة سعودية نحو الإبتعاث ،دراسة

استطلاعية،مجلة مركز الإرشاد النفسى تنشر فى،2013 .

<u>أبحاث تحت التحكيم:</u>

- الدمج والعلاج الجمعى باللعب للأطفال التوحديين، مجلة الدراسات النفسية، كلية التربية جامعة عين شمس 2013.
- التكامل بين القطاع الخاص والجامعات الحكومية السعودية فى ضوء احتياجات سوق العمل، العدد السادس ، مجلة علم الإجتماع والخدمة الإجتماعية ،2012،جامعة الإمام ، الرياض.

<u>أوراق عمل:</u>

- تقديم ورقة عمل عن رعاية الاطفال والمراهقين بالجمعيات الخيرية لمعالى الاستاذ الدكتور على المصيلحى وزير التضامن الاجتماعى بجمهورية مصر العربية.
- اعداد ورقة عمل وتقديمها الى قسم علم النفس عن كيفية اعداد برنامج ارشادى مع عرض امثلة تطبيقية.
- ورقة عمل عن القرى النموذجية مقدمة لجامعة الملك سعود1432.
- ورقة عمل عن الشباب والبطالة مؤتمر مركز الإرشاد النفسى بجامعة عين شمس 2012.
- ورقة عمل عن نحو استراتيجية متكاملة لتعزيز قيم المواطنة لدى الشباب،مؤتمر الوحدة الوطنية ،ثوابت وقيم ،جامعة الإمام الرياض 2012.
- ورقة عمل عن المسؤولية الإجتماعية واستثمار مخلفات الهدم ونواتج الحفر(اللجنة التطوعية بالمجلس البلدى

لمدينة الرياض 29-5-2012.

المشاركة فى المؤتمرات:

المشاركة فى العديد من المؤتمرات المحلية والدولية:

- جامعة القاهرة.
- جامعة عين شمس.
- هيئة الاغاثة البريطانية.
- مؤتمر نحو رعاية أفضل لطفل الريف (1999)عقد بجامعة عين شمس.
- مؤتمر الطفل والبيئة (2001) عقد بجامعة عين شمس.
- مؤتمر التعليم العام فى مجال دمج ذوى الاحتياجات الخاصة فى التعليم العام (2002) عقد هيئة اليونسكو وهيئة انقاذ الطفولة البريطانية
- مؤتمر الطفل العربى والتحدى (2003) عقد بجامعة عين شمس.
- المؤتمر السعودى الاول لرعاية الأيتام (1432)
- مؤتمر الإرشاد النفسى السادس عشر ،جامعة عين شمس،2011.
- المؤتمر العلمى الرابع (الإتجاهات الحديثة فى مواجهة اضطراب التوحد 2،مؤسسة د.حنان درويش للخدمات اللوجستية والتطبيقية، 23-24يناير 2012.
- المشاركة فى فعاليات المعرض والمنتدى الدولى للتعليم

بالرياض،13-17-2012.

- المشاركة فى فعاليات ملتقى صعوبات التعلم (مفاتيح المعرفة فى التربية الخاصة)11-13ربيع الثانى 1433.

اعداد حقائب تربوية محكمة:

- المشاركة فى إعداد حقيبة تربوية عن مرحلة الرضاعة مؤسسة المربى.
- حقيبة تربوية عن التربية الخاصة مؤسسة المربى.

اعداد مقايس:

- مقياس العنف للمراهقين.
- مقياس الغضب للمراهقين.

تحكيم مقايس:

- مقياس التفكير الإيجابى وفعالية الذات جامعة الملك سعود.
- مقياس الذكاء العاطفى والقيادة .
- تقويم معارض التربية الفنية فى مدارس التربية الفنية فى مدارس المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض،جامعة الملك سعود.
- جودة الحياة النفسية للأطفال ضعاف السمع.

- برنامج مقترح لتنمية دور الأسرة فى علاج المشكلات الإجتماعية لدى الفتيات المراهقات فى الرياض ، جامعة الملك سعود.
- برنامج لعلاج الصم وضعاف السمع.
- الإغتراب النفسى للصم.
- الإسترخاء
- موسوعة نماء(منهج بناء الشخصية الاسلامية من الرضاعة الى مابعد الجامعة).
- السلوك العدوانى للاطفال الايتام كلية الدراسات العليا جامعة الملك سعود.
- استبيان للمتقدمات لشغل وظائغ اعضاء هيئة التدريس كلية التربية جامعة الاميرة نورة بنت عبدالرحمن.
- استبيان الممارسات الادارية لمدير المدرسة وعلاقتها بتنمية الولاء التنظيمى لدى معلمى المرحلة الثانوية بمدينة الرياض المملكة العربية السعودية.

<u>مدرب.</u>

- مركز مطمئنة الطبى بالرياض.
- الهيئة العامة لتعليم الكبار مصر.

التدريب على الأساليب العلاجية:

- العلاج باللعب.
- العلاج بالسيكودراما عيادة الدكتور خليل فاضل.
- الارشاد والعلاج الجماعى عيادة الدكتور محمد شعلان.

شهادات تقدير:

- شهادة تقدير من معالى الاستاذ الدكتور هانى هلال وزير التعليم العالى والدولة للبحث العلمى.
- شهادة تقدير من الادارة العامة للاندية الاجتماعية والثقافية وزارة التضامن الاجتماعى.
- شهادة تقدير من عميد المعهد العالى للخدمة الاجتماعية بالقاهرة.
- شهادة تقدير من عميد المعهد العالى للخدمة الاجتماعية بدمنهور.

عضوية لجان :

- لجنة اعداد توصيف مسار علم النفس الإكلينيكى ،البرنامج الهولندى.
- عضو اللجنة التطوعية الدائرة السادسة ،المجلس البلدى لمدينة الرياض.

عضوية :

- المركز الثقافى الامريكى.
- منظمة الكتاب الافرواسيوى.
- عضو الجمعية السعودية لصعوبات التعلم.
- عضو رابطة الاخصائيين النفسيين .
- عضو جمعية تنمية المجتمع بالقاهرة.
- عضو مركز شباب بالجيزة.
- عضو رابطة موظفى جامعات مصر.

الجوائز:

- المركز الاول على مستوى جمهورية مصر العربية عن سيكولوجية الارهاب 2009.
- المركز الاول من أكاديمية البحث العلمى عن سيكولوجية وقت الفراغ 2005.
- المركز الثانى على مستوى جمهورية مصر العربية عن الفضائيات 2008.
- المركز الاول على مستوى جمهورية مصر العربية عن دور المعلومات فى التخطيط العلمى 2007.
- المركز الخامس كلية الاقتصاد والعلوم السياسية جامعة القاهرة عن الآثار النفسية للزحام والتلوث البيئى .
- اختيار رسالتى الماجستير والدكتوراة من أفضل الرسائل من خلال أكاديمية البحث العلمى.

مستشار.

- العمل مستشار اعلامى لدار الإبداع للنشر والتوزيع

بالقاهرة.

- الجمعية الخيرية لرعاية الأسر السعودية بالخارج.
- دار الخليج للدراسات والبحوث الإقتصادية.
- الجمعية السعودية لعلم الإجتماع والخدمة الإجتماعية.
- موقع المستشار للإستشارات الأسرية.

الخبرات:

- باحث فى مركز سيتى للتدريب والاعاقة العقلية.
- باحث فى المركز القومى للبحوث الاجتماعية والجنائية.
- محاضر فى جامعة 6 أكتوبر.
- محاضر فى المعهد العالى للخدمة الاجتماعية بالقاهرة.
- أخصائى نفسى واجتماعى بجامعة القاهرة.
- خبرة أكثر من 10 سنوات فى مجال الأطفال والمراهقين.
- رئيس فريق تطوير الرعاية النفسية والاجتماعية بدور التربية .
- القيام بعمل برامج تطبيقية لتعديل سلوك الاطفال والمراهقين الجانحين مثل.
  - مشكلة العنف والعدوان.
  - السرقة.
  - الكذب.
  - التبول الإرادى.
  - الإنحرافات الجنسية.
  - الإنطواء والإنسحاب والشعور بالوحدة النفسية.

- الخوف المرضى.

ندوات ودورات تم القائها:

- القاء محاضرة فى الاتحاد الدولى والافريقى للتزحلق (السمات النفسية للبطل_الرياضى)2006.
- القاء محاضرة عن الاطفال والمراهقين فى مركز شباب امبابة.
- القاء محاضرة عن العنف المدرسى وزارة التربية والتعليم 2003.
- القاء محاضرة عن مشكلات الشباب بالمركز الصيفى برأس البر.
- القاء دورة تدريبية عن (فى بيتى مراهق) مركز مطمئنة الطبى ، الرياض،22-9-2012.
- القاء دورة تدريبية عن كيف نربى ابناءنا مركز مطمئة الطبى ،26-9-2012.
- القاء دورة تدريبية عن المهارات النفسية لتعليم التفكير لأطفالنا مركز مطمئنة الطبى ،3-10-2012.
- القاء دورة تدريبية عن الإرشاد الإجتماعى مركز مطمئنة الطبى 10-10-2012.

دورات تدريبية

- دورات تدريبية فى الارشاد الطلابى الجامعى جامعة القاهرة
  - الدورة الاولى 1999.

- الدورة الثانية 2001.
- الدورة الثانية 2003.
- الدورة الرابعة 2007.

- دورة تدريبية فى التنمية البشرية كلية الاداب جامعة عين شمس.
- دورات تدريبية فى التنمية البشرية جامعة القاهرة لمدة ثلاث أشهر 2005وهى:.
  - التفكير الابداعى
  - التخطيط والتحكم
  - التحليل الاحصائى
  - مناهج البحث
  - الاقناع والمحاجة
  - اتخاذ القرار وحل المشكلات
  - التفكير التحليلى
  - التحكم فى الضغوط
  - مهارات الاتصال
  - مهارات التفاوض
  - تقييم الخطر والتحكم فية
  - العمل الجماعى
  - البحث فى الانترنت
  - التوجية الصحى
- دورة فى الساعات المعتمدة جامعة القاهرة.
- دورة فى الطرق الحديثة فى التدريس جامعة القاهرة.
- دورات تدريبية فى العلاج النفسى عيادة الدكتور محمد شعلان للامراض النفسية .

- دورة فى التوعية بقضايا البيئة الدورة الاساسية كلية الإقتصاد والعلوم السياسية جامعة القاهرة.
- دورة فى التوعية بقضايا البيئة الدورة المتقدمة كلية الإقتصاد والعلوم السياسية جامعة القاهرة.
- دورة تدريبة حوار الحضارات . كلية الاقتصاد والعلوم السياسية جامعة القاهرة.
- دورة تدريبية فى المعالجات الاحصائية برنامج spss.
- دورة فى كيفية التوعية بمخاطر الإدمان والتعاطى صندوق مكافحة وعلاج الادمان والتعاطى
- دورة الاولى فى الاسعافات الاولية مستشفى الطلبة جامعة القاهرة.
- الدورة الثانية فى الاسعافات الاولية مستشفى الطلبة جامعة القاهرة.
- الدورة الثالثة فى الاسعافات الاولية مركز التطوير الطبى جامعة القاهرة.
- الدورة الأولى فى القضايا الدولية والسياسية كلية الاقتصاد والعلوم السياسية جامعة القاهرة.
- الدورة الثانية فى القضايا الدولية والسياسية كلية الاقتصاد والعلوم السياسية جامعة القاهرة.
- دورة فى المهارات الإدارية مركز اعداد اعضاء هيئة التدريس جامعة القاهرة
- دورة تنمية مهارات القيادة مركز اعداد اعضاء هيئة

التدريس جامعة القاهرة

- دورة اجادة اللغة الانجليزية (toefl).
- دورة اجادة الحاسب الالى icdl.
- دورة فى مهارات الاتصال الفعال الجمعية السعودية لصعوبات التعلم 1432هـ.
- دورة فى ادارة الوقت1432هـ الجمعية السعودية لصعوبات التعلم.
- دورة فى قوة التفكير الايجابى1432هـ الجمعية السعودية لصعوبات التعلم.
- المشاركة فى مهرجان أمرح وتعلم 1432هـ الجمعية السعودية لصعوبات التعلم.
- حضور محاضرة عن الثقافة والمعرفة الرقمية مركز الملك عبد العزيز التاريخى 1432هـ

<u>درسات وأبحاث ميدانية :</u>

- الإعاقات العقلية.
- الإعاقة السمعية.
- الإعاقة البصرية.
- الإعاقة الحركية.
- الإضطرابات السلوكية والإنفعالية.
- ادمان المخدرات.
- ادمان الإنترنت.

- الإنحرافات الجنسية.
- التسول.
- اطفال الشوارع.
- عمالة الاطفال.
- التحرش الجنسى.
- التدخين.
- التسرب الدراسى.
- الأمية.

مؤلفات علمية:

- التربية الخاصة(مكتبة الرشد الرياض) مشترك.
- التنشئة الاجتماعية (مكتبة الرشد الرياض) مشترك.
- علم نفس النمو (مكتبة الرشد الرياض) مشترك.
- التربية الجنسة للاطفال والمراهقين (دارالثقافة الاردن).
- كيف نربى أطفالنا (دار الثقافة الأردن).
- الإرشاد النفسى والاضطرابات الانفعالية للاطفال والمراهقين(دار الثقافة الأردن).
- صعوبات التعلم (دار الثقافة الأردن).
- العلاج باللعب (دار الثقافة الأردن).
- عسر القراءة (دار الثقافة الأردن) .
- الإرشاد العلاجى (دار الزهراء الرياض).
- الإضطرابات السلوكية والتوحد(دار الزهراء الرياض).
- متلازمة داون (دار المحبة سوريا).
- سيكولوجية الإرهاب (دار الإبداع القاهرة).
- سيكولوجية الجاسوس (دار الإبداع القاهرة).
- الصحة النفسية تحت النشر.

- الإدمان وتعاطى المخدرات ،تحت النشر.
- سيكولوجية الدمج لذوى الاحتياجات الخاصة، تحت النشر.

لقاءات مع شخصيات عامة:

- وزيرة القوى العاملة.
- وزير التضامن الاجتماعى.
- رئيس الاتحاد الافريقى للعبة التزحلق.
- رئيس لجنة الشباب بمجلس الشورى.
- رئيس قناة البحث العلمى .
- محافظ القليوبية.
- محافظ كفر الشيخ الأسبق.
- رئيس تحرير جريدة الاهرام.
- رئيس المجلس القومى للامومة والطفولة السابق.

تقديم برامج تليفزيونية:

- اعداد وتقديم برنامج كيف نربى ابناءنا فى قناة البدر الفضائية.

لقاءات تلفزيونية واذاعية :

اجراء العديد من اللقاءات التليفزيونية والاذاعية عن المشكلات السلوكية للاطفال والمراهقين.

- وقت الفراغ وكيفية استثمارة.
- العنف المدرسى والأسرى.
- إدمان الانترنت للاطفال والمراهقين.

المقررات التى تم تدريسها :

- علم النفس العام.
- علم النفس الاجتماعى .
- التوجية والارشاد النفسى والاجتماعى.
- علم نفس النمو.
- علم النفس التربوى .
- قراءات فى التخصص باللغة الانجليزية.
- علم نفس اللعب باللغة الانجليزية .
- مقدمة فى علم النفس باللغة الانجليزية.
- العلاجات الجماعية

اعداد توصيف:

- مقرر قراءات فى تخصص علم النفس باللغة الانجليزية للفرقة الثانية قسم علم النفس.
- اعداد تصور لتطوير تدريس اللغة الانجليزية بكلية رياض الاطفال جامعة الاميرة نورة بنت عبد الرحمن.
- المشاركة فى اعداد توصيف مقرر علم النفس الإكلينيكى البرنامج الهولندى جامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن.

السيمنار:

- البرامج الارشادية والمشكلات السلوكية للاطفال والمراهقين.
- الفئات الخاصة رؤية نقدية.

- علم النفس المهنى .
- قياس الذكاء .
- السعادة.

<u>عضوية الكترونية:</u>

- مؤسس والمشرف العام على منتدى علم النفس الحديث.
- عضو الشبكة العربية للعلوم النفسية.
- عضو منتدى هداية النفس لخدمات البحوث.
- عضو منتدى تطوير الذات.
- عضو المكتبة الرقمية السعودية.
- موقع العلاج المعرفى السلوكى.
- عضو أكاديمية همم للتدريب عن بعد
- عضو منتدى الصحة النفسية والتربية الخاصة.

والله ولى التوفيق

د.أحمد حمزة

Mobile (Saudi Arabia): 0548424874

Mobile (Egypt):002-01006586433

EMIAL: dr.hamza677@gmail.com